

Halle+

Infomagazine voor Halse senioren



December
2022

Zorgeloos zelfstandig wonen

Mantelzorg

Naasten aan
je zijde

Thuishulp

Straffe steun
staat paraat

Beste Hallenaar,

Het jaar is weer bijna om, dus dat wil zeggen: een nieuwe Halle Plus in de bus. De derde editie van dit jaarlijks magazine gaat over zelfstandig thuiswonen voor senioren. Relevant dus voor de Hallenaar op leeftijd, maar zeker ook voor hun vrienden en familie.

Want uiteraard kunnen senioren in onze stad terecht in woonzorgcentra en assistentiewoningen. Maar dat ziet niet iedereen zitten. Aan de andere kant is er dan weer de vrees voor aanpassingen aan de woning of onbekende hulp in huis. Daarom tonen we je in deze editie hoe andere plussers het doen. Zo zal je zien dat thuisblijven hand in hand kan gaan met een prima levenskwaliteit.

Veel leesplezier,

**De Seniorenraad &
Gelijke Kansen stad Halle**



08

In deze brochure

- 03 Overzicht stadsdiensten
- 04 Woningaanpassingen
- 06 Financiële hulp
- 08 Thuishulp
- 11 Maaltijd aan huis
- 12 Mantelzorg
- 15 Palliatieve thuiszorg
- 16 Zorgplanning
- 18 Waardig levenseinde

12



De stad staat je bij!

Wijsheid komt met de jaren. Toch kan het zijn dat je heel wat vragen hebt. Daar kunnen onze verschillende stadsdiensten je mee helpen. Zit je in de knoop met je administratie, woning, financiën ... Blijf er niet mee zitten en vraag info! Onze medewerkers staan paraat, en als zij je niet kunnen

BALIE LEEFOMGEVING

De balie Leefomgeving weet alles over:

- wonen, verhuizen en ondernemen
- bouwen en verbouwen
- premies
- wegen, verkeer en parkeren
- afval en hinder
- vergunningen

Het stadskantoor en de balie Leefomgeving vind je in het stadhuis.

Oudstrijdersplein 18,
1500 Halle
info@halle.be
www.halle.be
02 365 99 00

STADSKANTOOR

Hier kan je terecht voor:

- aanvragen van identiteit, rijbewijs en reisdocumenten
- aanvragen van uittreksels en bewijzen
- alle vragen rond geboorte, trouwen en overlijden



WELZIJNSBALIE

Dit is het aanspreekpunt voor al jouw vragen rond:

- financiële hulp
- woonzorgcentra
- thuiszorgdiensten
- advies en ondersteuning bij sociale rechten, voordelen en hulpverleningsmogelijkheden

Sociaal Huis

A. Demaeghtlaan 38,
1500 Halle
info@halle.be
www.halle.be
02 365 99 00

WOONWINKEL ZENNEVALLEI

Hier kan je terecht met al je vragen rond huisvesting.

Sociaal Huis

A. Demaeghtlaan 38,
1500 Halle
info@woonwinkelzennevallei.be
www.woonwinkelzennevallei.be
02 365 94 10


Eerste hulp bij woningaanpassingen

Met welke woningaanpassingen of hulpmiddelen kan je langer zelfstandig wonen? De ergotherapeut van je mutualiteit weet raad! Eef Onnockx is zo iemand. Zij gaat bij mensen thuis op zoek naar kleine en grote aanpassingen die het leven makkelijker en veiliger maken. Hier deelt ze alvast enkele tips.

- 50 glazen, 30 borden, 25 tassen: eigenlijk heb je dat niet nodig. Zet alles wat je **dagelijks** gebruikt in 1 kast die tussen heup- en schouderhoogte hangt.
- Heb je moeite om uit bed te geraken? Installeer dan een **bedhandgreep**. Handig!
- Gaat stappen wat moeilijker? Met een **trippelstoel** of **zadelzit** met wieltjes rol je vlot door je huis.
- Vervang je bad door een **inloopdouché**. Liever geen ingrijpende ver-

bouwingen? Gebruik een **badplank**. Daarmee zit je op de badkuip, terwijl je doucht.

- Als rechtstaan aan de wastafel moeilijk wordt, verzorg je jezelf zittend. Daarvoor maken we je **wastafel 'onderrijdbaar'**.

 **Wens je na het advies aanpassingen te doen of hulpmiddelen aan te schaffen? Eef helpt je op weg en een sociaal werker vraagt voor jou de mogelijke premies aan.**



“Maak het leven makkelijker én veiliger!”



©Kevin Faingnaert

HULPMIDDELEN IN HUIS

Hulpmiddelen, zoals een badplank, kunnen je leven aangenamer maken. Je hoeft ze niet per se te kopen, huren kan ook. In de thuiszorgwinkel vind je een ruim assortiment en deskundig advies. Ook je apotheker, mutualiteit of het Rode Kruis staan je bij met raad en daad.


AANPASSEN VAN DE WONING

Wil je zo lang mogelijk thuis blijven wonen? Doe dan de nodige aanpassingen aan je woning. Een ergotherapeut van je mutualiteit komt op bezoek om na te kijken wat er moet gebeuren. Met praktische tips krijg je een gepast antwoord op jouw noden.



PERSONEN- ALARMSYSTEEM

Je valt en er is niemand in de buurt. Wat nu? Daarvoor dient een personenalarmsysteem. Dat is een knop die je rond je arm of nek draagt. Druk erop om de zorgcentrale te alarmeren. Zij contacteren dan een contactpersoon of de hulpdiensten.

 **Meer info? Neem contact op met je mutualiteit.**

Financiële hulp

Ouderen die thuis willen blijven wonen, kunnen rekenen op verschillende premies en financiële tegemoetkomingen. Wil je weten waar jij recht op hebt? We zetten alle financiële duwtjes in de rug op een rij.

PREMIES VOOR WONINGAANPASSING

Aanpassingspremie woning

Het Vlaams Agentschap voor personen met een handicap (VAPH) kan een tegemoetkoming geven voor bepaalde hulpmiddelen en aanpassingen thuis.

Voldoe je niet aan de erkenningsvoorwaarden van het VAPH? Informeer dan bij het Agentschap Wonen Vlaanderen. Daar gelden andere voorwaarden voor toekenning van de 'Vlaamse aanpassingspremie om de woning aan te passen aan een oudere bewoner'.

 www.vaph.be/hulpmiddelen/algemeen

De Vlaamse aanpassingspremie

De Vlaamse aanpassingspremie is een verbouwingspremie die zich specifiek richt op woningaanpassingen voor senioren (65-plussers).

 www.wonenvlaanderen.be

Hulp nodig bij het aanvragen van premies? Contacteer Woonwinkel Zennevallei!

info@woonwinkelzennevallei.be
02 365 94 10





FINANCIËLE TEGEMOETKOMINGEN

Zorgbudget

Een zorgbudget is een maandelijkse tegemoetkoming voor mensen die veel zorg nodig hebben. Het gaat bijvoorbeeld om mensen met ernstige gezondheidsproblemen of met een beperking. Het is een vaste vergoeding die door je zorgkas wordt uitbetaald. Voor meer details kan je terecht bij jouw mutualiteit.

Incontinentieforfait

Er zijn twee soorten van incontinentieforfaits: een voor zwaar zorgbehoevende personen en een voor onbehandelbare incontinentie bij personen die niet zwaar zorgbehoevend zijn.

Aan te vragen via de thuisverpleging of de dienst maatschappelijk werk van je mutualiteit.

Thuiszorgtoelage stad Halle

Een zorgbehoevende of een mantelzorger die regelmatig zorgt voor een inwoner van Halle kan recht hebben op een thuiszorgtoelage van de stad Halle. Dit is een jaarlijkse toelage om mantelzorgers te bedanken voor hun dagelijkse inzet voor het welzijn van zorgbehoevenden. Er zijn een aantal toekenningvoorwaarden waaraan je moet voldoen om recht te hebben op deze toelage.

 **Meer details bij de Welzijnsbalie**
A. Demaeghtlaan 38,
1500 Halle
info@halle.be
02 365 99 00

Thuishulp

Je wil thuisblijven, maar het huishouden valt je zwaar. Dat probleem ervaren heel wat plussers. Gelukkig sta je er niet alleen voor. Dat weet ook Christiane. Zij is 84 jaar en woont zelfstandig op een appartement op de eerste verdieping. Doordat ze slecht ter been is, heeft ze af en toe assistentie nodig. Gelukkig vond ze de weg naar meerdere thuishulpdiensten en kan ze rekenen op de steun van haar familie.

Je kiest ervoor om alleen in je appartement te blijven wonen?

Christiane: Ja, ik woon hier al 17 jaar en voel me hier goed. Ik heb me ingeschreven in het wzc Zonnig Huis, maar zolang ik kan, blijf ik thuis. Elke dag komt er iemand over de vloer om me te helpen.

Wie komt er dan helpen?

Christiane: Dagelijks komt er een verpleegkundige om mijn steunkousen aan en uit te trekken. Zij helpt me ook één keer per week om me volledig te wassen. Elke maandag en donderdag heb ik 2 uur gezinshulp. Zij doen de was, de strijk en de boodschappen. Ik krijg

veel vriendschap van de mensen die me helpen. Ik kan het iedereen aanraden.

Kook je zelf nog je potje?

Christiane: Nee, elke dinsdag komt mijn kleinzoon eten maken voor drie dagen. Ik warm dat dan op. Op zondag eet ik altijd frietjes, en de andere dagen ben ik blij met een boterham. Mijn kleinzoon is dag en nacht bereikbaar. Ik draag overdag mijn gsm in een zakje rond mijn hals. Mijn zoon woont verder weg, maar ook op hem kan ik rekenen voor bepaalde klusjes. Af en toe neemt hij me mee voor een uitstapje met de rolstoel.

AANBOD THUZZORGDIENSTEN STAD HALLE:

Gezinszorg

Je krijgt hulp bij het huishouden, je persoonlijke verzorging en ondersteuning. Daarnaast kunnen verzorgers ook psychosociale ondersteuning aanbieden. Het uurtarief van gezinszorg wordt berekend op basis van het totale inkomen van je gezin.

Poetshulp

Een poetsman of -vrouw komt aan huis en helpt bij het schoonmaken van de woning. Voor schoonmaakhulp zijn er 2 mogelijke tarieven:

- Tarief op basis van het totale inkomen van je gezin
- Dienstencheques (fiscaal aftrekbaar via de belastingen)

 **Meer info: thuiszorg@halle.be,
02 359 27 43**

Wijk-werken

Bij wijk-werken kan je tegen een voordelig tarief een beroep doen op iemand voor tuinonderhoud, kleine klusjes en herstellingen, koken en afwassen ...

Een wijk-werker vergoed je met een wijk-werkcheque van 7,45 euro/u, en is fiscaal aftrekbaar.

📍 **Meer info: jeno.thiels@vdab.be
of julie.lechevin@vdab.be
of www.zuidwestrand.be of
02 361 05 03**



PRIVAAT AANBOD THUISZORGDIENSTEN:

- **Familiehulp**

brussel@familiehulp.be
www.familiehulp.be
02 543 79 10

- **Familiezorg Oost-Vlaanderen**

info@familiezorg.be
www.familiezorg.be
02 461 29 00

- **Ferm Thuiszorg**

www.samenferm.be/diensten/thuiszorg
0800 112 05

- **I-mens**

www.i-mens.be
078 15 25 35

- **Pajottenlands centrum vzw**

info@pajottenlandscentrum.be
www.pajottenlandscentrum.be
02 532 09 59

- **Samana**

*Vrijwilligers organiseren huisbezoeken,
activiteiten en acties op maat van
mensen met een chronische ziekte.*
info@samana.be
www.samana.be

Thuisverpleging

In sommige gevallen is specifieke medische zorg noodzakelijk, hulp bij medicatie, wondzorg, hygiënische zorg ... Deze hulp wordt aangeboden door thuisverpleging. Dit kan via een dienst van de mutualiteit of via een zelfstandige thuisverpleegkundige.

- **PajotZen**

info@pajotzen.be
0483 67 69 58

- **Family Care**

info@familycarethuisverpleging.be
www.familycarethuisverpleging.be
0800 97 055

- **Wit-Gele Kruis Halle**

halle@wgkvlb.be
www.witgelekruis.be
02 334 37 40

Maaltijd aan huis

Bik bik bik, hap hap hap, eerst de soep en dan de pap. Maar misschien kost koken je te veel moeite. Of wil je eens iets anders eten. Dat kan! Want met maaltijden aan huis schuif je gewoon lekker je voeten onder tafel wanneer jij daar zin in hebt.

Geen eten uit pakskes, maar verse maaltijden gemaakt in wzc Zonnig Huis. Na bereiding worden de maaltijden gekoeld en hygiënisch verpakt. Zo bewaar je ze gemakkelijk in de koelkast tot je ze opwarmt in je microgolfoven. Bovendien beslis je zelf op welke dagen je een maaltijd wenst. Met andere woorden: je hoeft geen rekening te houden met een tijdschema en kan eten wanneer je maag gromt!

Een maaltijd bestaat uit soep, een hoofdgerecht en dessert.

Het eten kan aangepast worden aan verschillende diëten zoals diabetes, zoutloos ... Kortom, even goed als thuis!

De levering gebeurt steeds op maandag (voor maandag en dinsdag), woensdag (voor woensdag en donderdag) en vrijdag (voor vrijdag, zaterdag en zondag).

Meer info:
thuiszorg@halle.be,
02 359 27 43

Mantelzorg

‘Zorgen voor’ is de rode draad in het leven van de 70-jarige Ann. Jarenlang werkte ze in een woonzorgcentrum en ving ze haar kleinkinderen op. Nu zorgt ze voor haar mama, nicht en buurvrouw. Een halve dag per week en vier weken per jaar reserveert ze voor zichzelf. Dan laadt ze haar batterijen op.

Ann: Mijn mama is 97 en woont in een assistentie-woning. Ik bezoek haar meerdere keren per dag. Daarnaast help ik elke week een nicht van mijn man. Zij is 99 en woont zelfstandig. Ook mijn buurvrouw doet regelmatig beroep op mij. Wat ik doe als mantelzorger? Ik help onder andere met de was, het eten, de boodschappen en de administratie. Maar één namiddag per week reserveer ik voor mezelf: dan volg ik een

cursus over iets dat me op dat ogenblik interesseert. En tijdens de zomervakantie ga ik 4 weken naar zee om uit te waaien. Die tijd heb ik nodig voor mezelf. Niet dat ik iedereen zomaar achterlaat, hé! Ik regel op voorhand hulp en zet alle medicatie voor mijn mama klaar. Ik zorg graag voor anderen en krijg veel dankbaarheid in ruil. Maar het is ook belangrijk dat ik goed voor mezelf zorg, zodat ik dit kan blijven doen.

MANTELZORG EN WERK

De combinatie tussen werken en zorgen voor een naaste is niet eenvoudig. Daarom bestaan er premies waardoor je tijdelijk niet of minder hoeft te werken.

Aanvullende aanmoedigingspremie bij opname thematisch verlof

Indien je tijdskrediet, ouderschapsverlof, palliatief verlof, verlof voor medische bijstand of mantelzorgverlof opneemt, kan je onder bepaalde voorwaarden een aanvullende aanmoedigingspremie ontvangen. Die wordt uitgekeerd door de Vlaamse overheid bovenop de onderbrekingsuitkering van de Rijksdienst voor Arbeidsvoorziening (RVA).

THEMATISCH VERLOF

Verlof voor medische bijstand

Dit verlof kan je opnemen wanneer je wil zorgen voor een zwaar ziek gezins- of familielid. Het is een wettelijk vastgelegd verlof waarbij je gedurende een bepaalde periode in de loopbaan minder of niet kan werken.

Verlof voor palliatieve zorgen

Je hebt hier recht op om palliatieve zorg te bieden aan een ongeneeslijke zieke, terminale persoon. De patiënt waaraan je palliatieve zorg wil bieden, hoeft geen gezins- of familielid te zijn.

Verlof voor mantelzorg

Erkende mantelzorgers kunnen een bepaalde periode minder of niet werken om hulp te bieden aan een zorgbehoevende persoon. Voor een erkenning als mantelzorger neem je contact op met het ziekenfonds.

“Ik krijg veel dankbaarheid”



SPECIFIEKE REGLING PER SECTOR

Privésector: tijdskrediet met motief

Wanneer je tewerkgesteld bent als werknemer binnen de privésector kan je tijdskrediet met zorgmotief opnemen.

Vlaamse overheid: Vlaams Zorgkrediet

Wanneer je tewerkgesteld bent bij de Vlaamse Overheid en je wil tijd vrijmaken, kan je Vlaams Zorgkrediet opnemen.

ANDERE VORMEN

Verlof zonder wedde


Verlof zonder wedde of onbetaald verlof kan je enkel opnemen wanneer je werkgever akkoord gaat.

Mantelzorgverlof als zelfstandige

Als zelfstandige kan je zorgverlof opnemen voor een ernstig ziek gezins- of familielid. Onder bepaalde voorwaarden ontvang je een uitkering wanneer je jouw beroepsactiviteiten onderbreekt voor de zorgen voor een naasten. Voor meer info kan je terecht bij je sociale verzekeringsfonds.

Vrijstelling om te solliciteren (als werkzoekende)

Wanneer je als werkzoekende mantelzorg opneemt, kan je een vrijstelling om te solliciteren krijgen. Er zijn een aantal voorwaarden aan verbonden.

 **Meer info: www.rva.be
www.breakatwork.be
of via je werkgever**

Palliatieve thuiszorg

Palliatieve zorg is er voor mensen bij wie genezen onmogelijk is geworden en hun naasten. De behandeling is gericht op comfort. Naast het verlichten van pijn en lichamelijke ongemakken, is er ook aandacht voor de psychische, sociale en spirituele noden.

- **Palliatieve Thuiszorg Omega**

Omega biedt palliatieve thuiszorg. Ze helpen de huisdokter en andere hulpverleners bij het verbeteren van de levenskwaliteit van de ongeneeslijke zieke en zijn directe omgeving. Daartoe ondersteunen ze cliënten thuis of in een thuisvervangende context zoals een woonzorgcentrum.

📍 www.vzwomega.be
02 456 82 03
info@vzwomega.be

- **Dagcentrum Topaz – Wemmel**

Topaz is een dagcentrum waar mensen met een levensbedreigende ziekte elke weekdag van 9 tot 17u terecht kunnen. In een huiselijke sfeer wordt er ondersteunende en palliatieve zorg geboden.

📍 **J. Vander Vekenstraat 158,**
1780 Wemmel
02 456 82 02
topaz@uzbrussel.be



- **Palliatieve zorgenheid “De Oase”**

- **AZ Sint Maria Ziekenhuis Halle**

“De Oase” verwelkomt mensen die ongeneeslijk ziek zijn in een huiselijke en comfortabele sfeer. Ook familieleden kunnen er ondersteuning krijgen.

- 📍 **Ziekenhuislaan 100, 1500 Halle**

- **Verpleegpost**

02 363 63 98

- **Hoofdverpleegkundige**

02 363 66 61

- **Psychologe**

02 363 62 59

- **Sociaal assistente**

02 363 63 32

www.sintmaria.be

Zorgplanning

Een goede voorbereiding op je levenseinde is niet alleen goed voor je eigen gemoedsrust, je helpt er ook je naasten mee. Want bij vroegtijdige zorgplanning (zorgvolmacht, wilsverklaringen) hak je moeilijke knopen op voorhand door. Samen met hulpverleners en/of naasten bepaal je wat er moet gebeuren bij ernstige ziekte of wanneer je zelf niet meer kan beslissen. Deze zorgplanning is voor iedereen anders. Wel is het belangrijk alles duidelijk op papier te zetten.



ZORGVOLMAGT

Met een zorgvolmacht kan je op voorhand bepalen wie jouw vermogen beheert, je keuze van een wzc vastleggen of je patiëntenrechten bepalen voor als je dat zelf niet meer kan. Je kan één of meerdere personen aanstellen om specifieke of algemene handelingen te verrichten met betrekking tot je vermogen.

Het is belangrijk dat de zorgvolmacht opgesteld wordt wanneer je nog wilsbekwaam bent en geregistreerd staat in het Centraal Register voor Lastgevingen. Dit kan je zelf doen via de Griffie van het vredegerecht of via de notaris.

WILSVERKLARINGEN

- **De negatieve wilsverklaring of het levenstestament:**

In dit document kan je de weigering van bepaalde behandelingen en/of onderzoeken aangeven voor als jij het niet meer kan. Dit document is in principe onbeperkt geldig. Wat in deze wilsverklaring genoteerd is, moet de arts respecteren.

- **De voorafgaande wilsverklaring euthanasie:**

De wilsverklaring euthanasie is er in het geval je in een onomkeerbare comateuze toestand zou verkeren. Deze wilsverklaring en een euthanasieverzoek waarbij een patiënt lijdt aan een ongeneeslijke en ondraaglijke aandoening, zijn twee aparte documenten. Een wilsverklaring kan je enkel invullen wanneer je nog wilsbekwaam bent. Deze wilsverklaring is onbeperkt geldig.

- **De verklaring inzake de wijze van teraardebestelling:**

In deze verklaring kan je de keuze voor de uitvaart officieel vastleggen. Zowel jouw naasten als de begrafenisondernemer zijn verplicht met deze wensen rekening te houden. Deze verklaring moet geregistreerd zijn bij de gemeente.

- **De verklaring inzake orgaandonatie:**

Iedereen is in principe orgaandonor na zijn/haar dood. Wil je dit liever niet? Vul dan deze verklaring in.

- **Lichaamsschenking aan de wetenschap:**

Iedereen kan bepalen om zijn of haar lichaam te schenken aan de wetenschap. Je kan bepalen welke universiteit jouw lichaam krijgt.

 **Meer info: www.leif.be,
078 15 11 55**

Waardig levenseinde voor iedereen

“Mensen
moeten kunnen
kiezen”

Dokter Patrick Simons is naast huisarts ook LEIF-arts. LEIF staat voor LevensEinde InformatieForum. LEIF is een initiatief dat streeft naar een waardig levenseinde voor iedereen. Respect voor de wil van de patiënt staat voorop. Wanneer iemand euthanasie vraagt wegens fysiek of psychisch ondraaglijke lijden, kan de uitvoerende arts beroep doen op een LEIF-arts voor advies en/of hulp met euthanasie.

Wat was je drijfveer om LEIF-arts te worden?

Patrick: Als arts stond en sta ik ervoor open dat mensen kunnen kiezen voor euthanasie. Maar een arts mag de uitvoering ervan niet op eigen houtje beslissen. Er moet minstens een tweede advies zijn van een andere arts. Omdat die vroeger heel moeilijk te vinden waren, kan je sinds 2003 hiervoor een LEIF-arts vragen.

Je voert als LEIF-arts dus niet zelf de euthanasie uit?

Patrick: Neen, ik geef advies en steun aan de uitvoerende (huis)arts. Indien een van mijn eigen patiënten euthanasie vraagt, contacteer ik een andere LEIF-arts voor advies en voer ik

het wel zelf uit. We gaan ook na of het over een ‘echte vraag’ gaat, of eerder over nood aan pijnstilling, palliatieve zorg of palliatieve sedatie.

Wat is het verschil tussen palliatieve zorg en palliatieve sedatie?

Patrick: Bij palliatieve zorg geven we medicatie om de pijn te verzachten en de patiënt het nodige comfort te geven. Het gaat ook over emotionele, psychosociale en spirituele ondersteuning. In geval van palliatieve sedatie doen we de patiënt in slaap, opdat die de pijn niet meer zou voelen.

Kan iedereen kiezen voor euthanasie?

Patrick: Een persoon die fysiek en/of psychisch lijdt aan een ongeneeslijke

en uitzichtloze medische aandoening mag euthanasie vragen aan zijn behandelende arts. Dit kan door een schriftelijk verzoek tot euthanasie in te dienen: een papier met je naam, datum en handtekening op. Of je kan ook op voorhand het formulier van een wilsverklaring voor euthanasie invullen. Moest je ooit in onomkeerbaar comateuze toestand belanden, kan een arts dan euthanasie toepassen. Deze wilsverklaring is niet geldig bij bewuste patiënten, dus ook niet bij demente personen.

 **Meer info: www.leif.be,
078 15 11 55**



Thuis in mijn tuin

Christian Denayer vind je elke dag in zijn tuin. “Daarnaast maak ik mijn eigen charcuterie en wijn. Heerlijke bezigheids-therapie om mijn hoofd leeg te maken!”